

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kriteria Pencapaian Akademik

Prestasi selalu dihubungkan dengan pelaksanaan suatu kegiatan atau aktivitas. Prestasi akademik merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kegiatan belajar, karena kegiatan belajar merupakan proses, sedangkan prestasi akademik merupakan output dari proses belajar. Prestasi (pencapaian) akademik bagi mahasiswa sangat penting karena prestasi akademik merupakan suatu gambaran tingkat keberhasilan dari kegiatan selama mengikuti perkuliahan. Prestasi akademik dapat dilihat dari penguasaan mahasiswa akan beberapa mata kuliah yang ditempuhnya (Widya, 2013).

Prestasi (pencapaian) akademik menurut perspektif kognitif sosial dipandang sebagai hubungan yang kompleks antara kemampuan individu, persepsi diri, penilaian terhadap tugas, harapan akan kesuksesan, strategi kognitif dan regulasi diri, gender, gaya pengasuhan, status sosioekonomi, kinerja dan sikap individu terhadap sekolah (Clemons, 2008). Hal ini menunjukkan bahwa prestasi akademik individu ditentukan oleh dua faktor, baik eksternal maupun internal. Sebagaimana dinyatakan oleh Chung (2002) bahwa, belajar tidak hanya dikontrol oleh aspek eksternal saja, melainkan juga dikontrol oleh aspek internal yang diatur sendiri (*self-regulated*).

Nasution (2003) mendefinisikan prestasi akademik yaitu kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa dan berbuat. Prestasi akademik dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yakni: kognitif (pengetahuan), afektif (sikap) dan psikomotor (keterampilan), sebaliknya dikatakan prestasi kurang

memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut.

Syah (2003) menyebutkan pengukuran prestasi akademik adalah kegiatan berencana dan berkesinambungan. Ragam pengukuran prestasi akademik ada banyak dari yang paling sederhana sampai yang paling kompleks, yaitu:

- a. *Pre-test* dan *Post-test*: *pre-test* dilakukan secara rutin pada setiap akan memulai penyajian materi baru. *Post-test* kebalikan dari *pre-test* yakni kegiatan yang dilakukan dosen pada setiap akhir penyajian materi.
- b. Tes Prasyarat: pengukuran ini sangat mirip dengan *pre-test*, tujuannya untuk mengidentifikasi penguasaan materi lama yang mendasari materi baru yang akan diajarkan.
- c. Tes Diagnostik: pengukuran ini dilakukan setelah selesai penyajian sebuah satuan materi.
- d. Tes Formatif: pengukuran jenis ini dapat dipandang sebagai ulangan atau kuis yang dilakukan pada setiap akhir penyajian satuan pelajaran.
- e. Tes Sumatif: ragam penilaian sumatif dapat dianggap sebagai ujian semester.

2.2 Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi

2.2.1 Pengertian Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi

Menurut Dalman (2014) skripsi adalah suatu karya ilmiah yang menyajikan fakta serta mengulas suatu topik yang lebih rinci dan mendalam yang merupakan syarat untuk menyelesaikan program sarjana (strata satu/S1). Sebagai mahasiswa yang mengambil jenjang strata 1 (S1), Tugas Akhir Skripsi merupakan mata kuliah yang wajib ditempuh sebagai syarat kelulusan.

Skripsi menuntut mahasiswa untuk mampu melakukan proses penelitian secara benar sesuai dengan kaidah yang berlaku tanpa ada keharusan menemukan dan mengoreksi teori yang sudah ada. Dengan demikian, apabila mahasiswa telah mengikuti langkah-langkah dalam melakukan penelitian secara urut dan benar maka tugas akhir skripsi tersebut telah memenuhi syarat kelayakan (Ibnu dan Yoga, 2013).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia arti dari kata penyelesaian adalah suatu proses, cara, perbuatan, atau kegiatan yang ditujukan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi (TAS) adalah suatu proses penyelesaian sebuah hasil karya tulis ilmiah dari sebuah penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dan dapat menjadi salah satu indikator keberhasilan yang diperoleh mahasiswa ketika menekuni disiplin ilmunya selama belajar di perguruan tinggi dalam waktu masa studi yang telah ditentukan.

2.2.2 Prosedur Penulisan Tugas Akhir Skripsi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia prosedur diartikan sebagai tahap kegiatan untuk menyelesaikan suatu aktivitas atau metode langkah demi langkah secara pasti dalam pemecahan suatu masalah.

Prosedur dalam pengerjaan skripsi adalah rangkaian kegiatan/langkah-langkah yang melibatkan beberapa orang/lembaga dan harus dilalui dalam rangka menyelesaikan tugas akhir skripsi. Proses-proses ini kemudian dapat dibagi secara garis besar menjadi tiga bagian: pengajuan judul, proses penulisan skripsi, dan ujian skripsi. Setiap bagian memiliki persyaratan, lama waktu untuk penyelesaian, dan jumlah orang/lembaga yang terlibat. Semakin sedikit syarat, waktu, dan jumlah

orang yang diperlukan untuk menyelesaikan skripsi, maka semakin baik selama tujuan dari penulisan skripsi tersebut dapat tercapai (Ibnu dan Yoga, 2013).

2.3 Kemampuan Akademik

2.3.1 Pengertian Kemampuan

Menurut As'ad, (2000) “Kemampuan (ability) sebagai karakteristik individual seperti intelegensia, manual skill, traits yang merupakan kekuatan potensial seseorang untuk berbuat dan sifatnya stabil.

Sedangkan menurut Sinungan (2003) : Istilah kemampuan didefinisikan dalam arti apa yang diharapkan di tempat kerja, dan merujuk pada pengetahuan, keahlian, dan sikap yang dalam penerapannya harus konsisten dan sesuai standar kinerja yang dipersyaratkan dalam pekerjaan.

Mendiknas, 045/U/2002 dalam Indrawijaya (2003) mengatakan “Kemampuan pada individu tersebut paling tidak ditentukan oleh tiga aspek kondisi dasar yaitu; kondisi sensoris dan kognitif, pengetahuan tentang cara respon yang benar, dan kemampuan melaksanakan respon tersebut”. Jadi kemampuan merupakan suatu potensi yang dimiliki untuk melakukan sesuatu.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan dinyatakan sebagai seperangkat tindakan cerdas penuh tanggung jawab yang dimiliki seseorang sebagai syarat untuk dianggap mampu oleh masyarakat dalam melaksanakan tugas-tugas di bidang pekerjaan tertentu.

2.3.2 Kemampuan Intelektual

Kemampuan intelektual Robbins (2001) adalah kemampuan yang diperlukan untuk menjalankan kegiatan mental. Tes IQ, misalnya, dirancang untuk memastikan kemampuan intelektual umum seseorang. Setiap pekerjaan memiliki

tuntutan-tuntutan yang berbeda-beda untuk menggunakan kemampuan intelektual seseorang dalam melakukan pekerjaan tersebut, semakin banyak tuntutan pemrosesan informasi dalam suatu pekerjaan, makin banyak kecerdasan umum dan kemampuan verbal diperlukan untuk dapat melakukan pekerjaan itu dengan sukses, meskipun IQ yang tinggi bukanlah merupakan prasyarat untuk semua pekerjaan.

Berikut indikator kemampuan intelektual menurut Robbins (2008):

1. Kecerdasan numerik, kemampuan untuk menghitung dengan cepat dan tepat
2. Pemahaman verbal, kemampuan untuk memahami apa yang dibaca dan didengar
3. Kecepatan perseptual, kemampuan untuk mengenali kemiripan dan beda visual dengan cepat dan tepat
4. Penalaran induktif, kemampuan mengenali suatu urutan logis dalam suatu masalah dan kemudian memecahkan masalah itu
5. Penalaran deduktif, kemampuan menggunakan logika dan menilai implikasi dari suatu argumen
6. Visualisasi ruang, kemampuan membayangkan bagaimana suatu objek akan tampak seandainya posisinya dalam ruang diubah
7. Ingatan, kemampuan menahan dan mengenang kembali pengalaman masa lalu

2.3.3 Kemampuan Menulis Karya Ilmiah

2.3.3.1 Pengertian Kemampuan Menulis Karya Ilmiah

Menurut Dalman (2014:1) menulis dapat didefinisikan sebagai suatu kegiatan penyampaian pesan (komunikasi) dengan menggunakan bahasa tulis sebagai alat atau *Medianya*. Menulis merupakan tindakan komunikasi yang pada hakikatnya sama dengan bicara. Persamaan tersebut terletak pada tujuan dan muatannya.

Tujuan menulis adalah untuk menyampaikan sesuatu kepada orang lain sedangkan muatannya adalah berupa pikiran, perasaan, gagasan, pesan, dan pendapat (Dalman, 2014:2). Kemahiran seseorang dalam menulis adalah keahlian seseorang dalam menggunakan kosakata ketika menuangkan pesan pada tulisan.

Menurut Dalman (2014: 5) karya ilmiah adalah karya tulis yang menyajikan gagasan, deskripsi atau pemecahan masalah secara sistematis, disajikan secara objektif dan jujur, dengan menggunakan bahasa baku serta didukung oleh fakta, teori, dan/atau bukti-bukti empirik. Karya ilmiah merupakan karya tulis yang isinya berusaha untuk memaparkan suatu pembahasan secara ilmiah yang dilakukan oleh penulis atau peneliti. Menurut Siti Maslakhah dkk (2011:71-72) suatu karangan dari penelitian, pengamatan, ataupun peninjauan dikatakan ilmiah jika memenuhi syarat berikut:

1. Penulisan berdasarkan hasil penelitian.
2. Pembahasan masalahnya objektif sesuai dengan fakta.
3. Karangan itu mengandung masalah yang sedang dicarikan pemecahannya.
4. Baik dalam penyampaian maupun dalam pemecahan masalah digunakan metode tertentu.
5. Bahasanya harus lengkap, terperinci, teratur cermat, dan sesuai EYD.
6. Bahasa yang digunakan hendaklah benar, jelas, ringkas, dan tepat sehingga tidak terbuka kemungkinan bagi pembaca untuk salah tafsir.

Dari penjelasan-penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa Kemampuan Menulis Karya Tulis Ilmiah adalah kemampuan seseorang untuk menuangkan sebuah fikiran, ide, dan gagasan yang menggunakan rangkaian bahasa tulis yang baik dan benar serta memenuhi kaidah atau syarat ilmiah. Dengan

memiliki kemampuan menulis yang baik maka karya tulis yang dihasilkan pun akan memiliki kualitas yang baik pula termasuk dalam hal menulis hasil penelitian atau skripsi.

2.3.3.2 Indikator Kemampuan Menulis Karya Tulis Ilmiah

Menurut Siti Maslakhah dkk (2011:72) dalam menulis karya tulis ilmiah, penulis hendaklah memiliki keterampilan dan pengetahuan tentang:

1. Masalah yang diteliti.
2. Metode penelitian.
3. Teknik penulisan karangan ilmiah, dan
4. Penguasaan bahasa yang baik dan benar.

Keterampilan dan pengetahuan seseorang tentang karya tulis ilmiah dapat dilihat dari berbagai aspek, diantaranya yaitu dari aspek kosakata yang dimiliki, pengelolaan diksi yang digunakan, dan rutinitas seseorang dalam menulis. Menurut Yulia, Nursyamsiar, dan Siti Halidjah (2013: 9) kemampuan seseorang dalam menulis karya ilmiah dapat diukur dengan memperhatikan komponen berikut:

1. Kesesuaian judul dengan isi karangan.
2. Isi karangan atau gagasan yang dituangkan.
3. Pilihan kata (diksi).
4. Tanda baca dan ejaan.
5. Organisasi isi.

2.3.3.3 Manfaat penulisan Karya Ilmiah

Menurut Dalman (2014: 32) beberapa manfaat yang dapat dipetik ketika menulis karya ilmiah yaitu:

1. Melatih untuk mengembangkan keterampilan membaca efektif.

2. Melatih menggabungkan hasil bacaan dari berbagai sumber.
3. Mengenalkan dengan kegiatan kepastakaan.
4. Meningkatkan pengorganisasian fakta/data secara jelas dan sistematis.
5. Memperoleh kepuasan intelektual.
6. Memperluas cakrawala ilmu pengetahuan.

Menurut Siti Maslakhah dkk (2011:72) penyusunan karangan ilmiah memberikan manfaat yang sangat besar baik bagi penulis maupun bagi masyarakat pembacanya, di antaranya sebagai berikut:

1. Penulis akan terlatih mengembangkan keterampilan membaca efektif karena sebelum menulis karangan ilmiah, terlebih dahulu harus membaca kepastakaan yang ada relevansinya dengan topik yang dibahas.
2. Penulis akan terlatih menggabungkan hasil bacaan dari berbagai sumber buku, mengambil sarinya, dan mengembangkannya ke tingkat yang lebih matang.
3. Penulis akan berkenalan dengan kegiatan perpustakaan seperti mencari bahan bacaan dalam katalog pengarang atau katalog judul buku.
4. Penulis akan dapat meningkatkan keterampilan dalam mengorganisasikan dan menyajikan fakta secara jelas dan sistematis.
5. Penulis akan memperoleh kepuasan intelektual.
6. Penulis turut memperluas cakrawala ilmu pengetahuan.

2.3.4 Gaya dan Strategi Belajar

Di dunia pendidikan yang terpenting adalah bagaimana mengajar, membimbing, dan menyarankan suatu strategi belajar yang efektif untuk setiap gaya belajar. Saran tersebut penting bagi calon mahasiswa dan mahasiswa

Perguruan Tinggi. Penentuan strategi belajar yang cocok dengan gaya belajar tentunya dilakukan dengan pendekatan empiris yang harus terus menerus diuji ketepatannya. Kesesuaian antara strategi belajar dengan gaya belajar tentunya diharapkan akan menuju kepada hasil belajar yang maksimal, yang sesuai dengan tujuan belajar (Nugraheni, 2006).

Menurut Honey and Mumford (2000), gaya belajar dapat dibagi menjadi empat tahap, yaitu: *Activist*, *Reflector*, *Theorist* dan *Pragmatis*.

Pada setiap tahapannya, seseorang akan cenderung memiliki sikap-sikap tertentu. Dengan memahami serta mengambil tindakan dalam rangka mendukung perilaku-perilaku tersebut, maka hasil pembelajaran yang maksimal dapat diperoleh (Honey and Mumford, 2000).

Pada tahapan *activist*:

- 1 Merasa perlu untuk melibatkan diri secara total dalam suatu pengalaman.
- 2 Berpikiran terbuka dan antusias mengenai pengalaman baru.
- 3 Menikmati situasi “saat ini juga disini”.
- 4 Secara normal bertindak lebih dahulu dan berpikir kemudian tentang konsekuensi.
- 5 Merasa senang untuk mengatasi masalah apapun tetapi ketika semangat sudah hilang maka akan mencari sesuatu yang baru untuk dilakukan.
- 6 Merasa bosan dengan aktifitas yang rutin.
- 7 Dirangsang oleh tantangan.

Pada tahap *Reflector*:

1. Perlu untuk melakukan observasi dan pertimbangan secara hati-hati.
2. Mempertimbangkan semua informasi.

3. Menunda selama mungkin untuk mencapai suatu kesimpulan akhir.
4. Teliti dan hati-hati.
5. Cenderung untuk bersikap low profile.
6. Melihat sesuatu secara keseluruhan.

Pada tahap *Theorist*:

1. Membuat teori yang kedengarannya logis.
2. Melakukan pendekatan selangkah demi selangkah untuk menyelesaikan masalah.
3. Perfeksionis.
4. Merasa tidak nyaman dengan penilaian yang subjektif.
5. Senang melakukan analisa dan sintesis.

Pada tahap *Pragmatis*:

1. Senang mencoba ide baru.
2. Cepat tanggap dengan hal baru.
3. Sangat praktis.
4. Melihat masalah dan peluang sebagai tantangan.

Sedangkan menurut Endang Nugraheni (2006) gaya belajar dibagi menjadi 3 yaitu; Visual, dimana seseorang mengandalkan gambaran dalam benak saat belajar, menggunakan peta konsep dan diagram; Auditorik, dimana seseorang mengandalkan metode pembelajaran melalui mendengarkan dan membicarakannya; dan Kinestetik, dimana seseorang menggunakan metode pembelajaran dengan cara menyentuh, melibatkan diri, dan melakukannya secara langsung.

2.4 Motivasi

Menurut Victor H. Vroom (1985), motivasi ialah sebuah akibat dari suatu hasil yang ingin diraih atau dicapai oleh seseorang dan sebuah perkiraan bahwa apa yang dilakukannya akan mengarah pada hasil yang diinginkannya. Sedangkan menurut Winardi (2007), motivasi dapat diartikan sebagai hasil sejumlah proses yang bersifat internal atau eksternal bagi seorang individu, yang menyebabkan timbulnya sikap entusiasme dan persistensi dalam hal melaksanakan kegiatan-kegiatan tertentu. Motivasi juga dapat diartikan sebagai suatu kekuatan yang dapat mendorong mahasiswa untuk belajar atau mengerjakan tugas dan mengerjakan skripsi (Santrock, 2011).

2.5 Fasilitas dan Dosen

2.5.1 Fasilitas Instansi Pendidikan

Instansi pendidikan (perguruan tinggi) memiliki peranan dalam proses penulisan skripsi berupa memfasilitasi mahasiswa dengan kepustakaan yang memadai dalam rangka untuk mempermudah mahasiswa agar proses penyelesaian skripsinya dalam berjalan lancar (Ujang, 2016). Lebih lanjut menurut Badru Zaman dalam Ujang (2016), fasilitas yang diberikan instansi pendidikan kepada mahasiswa untuk mendukung proses pembelajaran memiliki fungsi sebagai peningkatan produktivitas pendidikan dengan memberikan peluang pembelajaran secara seketika, serta memberikan dasar yang lebih ilmiah dalam pembelajaran atau dalam hal ini penulisan skripsi. Oleh karena itu instansi pendidikan menyediakan fasilitas berupa perpustakaan maupun ruang-ruang baca yang tersebar di fakultas. Di dalam perpustakaan itu sendiri terdapat banyak sumber kepustakaan mulai dari yang berupa buku, majalah, jurnal penelitian, serta kumpulan skripsi, thesis, dan disertasi.

Meski demikian tidak jarang ditemui mahasiswa yang mengalami hambatan dalam proses penulisan skripsinya yang disebabkan oleh faktor fasilitas. Hal ini bisa disebabkan karena ketidak lengkapan fasilitas dalam menyediakan literatur yang diperlukan mahasiswa sehingga memaksa mahasiswa untuk mencari literatur di luar, seperti di berbagai situs jurnal dan literatur di internet, yang tidak sedikit pula memerlukan biaya yang kurang ekonomis bagi mahasiswa. Begitu pula dengan literatur yang kurang relevan, akurat, dan aktual yang disediakan oleh instansi pendidikan. Sering ditemui mahasiswa yang kesulitan dalam menemukan literatur yang relevan dengan skripsinya untuk digunakan sebagai referensi (Ujang, 2016).

2.5.2 Dosen Wali

Universitas sebagai lembaga pendidikan yang bertujuan mencapai tujuan pendidikan nasional perlu memfasilitasi mahasiswa yang merupakan obyek pendidikan untuk dapat mencapai prestasi akademik yang maksimal serta dapat mencapai cita-cita yang diharapkan. Untuk itu, perguruan tinggi menunjuk tenaga pendidik tertentu dalam rangka memberikan bimbingan, dukungan motivasi, serta nasehat yang bersifat akademik kepada mahasiswa. Tenaga pendidik tersebut ialah dosen wali atau pembimbing akademik (Mulyadi, 2008).

Menurut Mulyadi (2008) secara umum peran dosen wali ialah sebagai berikut:

1. Narasumber, sebagai sumber informasi yang berkaitan dengan proses belajar.
2. Pembimbing, memberikan bimbingan dalam merencanakan studinya dan menjalankan program studi tersebut.

3. Penasehat, memberikan pengarahan dan saran atau nasehat dalam mengatasi problem belajar dan problem pribadi lainnya.
4. Motivator, memberikan dorongan untuk mengembangkan potensi diri.
5. Model, memberikan contoh sebagai seorang pendidik profesional dan bermoral Pancasila.

Sedangkan menurut Nurjannah (2015) peran dosen wali dalam mencapai keberhasilan studi mahasiswa ialah:

1. Membantu mahasiswa dalam mempertimbangkan pengambilan mata kuliah.
2. Mendorong mahasiswa agar dapat menyelesaikan studi tepat waktu.
3. Memantau mahasiswa.
4. Membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi mahasiswa.
5. Membantu mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir.
6. Memperingatkan mahasiswa agar tidak terjebak perilaku negatif.

Meski demikian, terkadang ada beberapa dosen wali yang tidak menjalankan tugasnya secara maksimal yang kemudian berimbas pada proses penulisan skripsi mahasiswanya. Dimana dosen wali terkesan acuh tak acuh terhadap mahasiswanya, hal ini dapat dilihat dari dosen wali yang tidak memonitor perkembangan mahasiswanya. Dengan kurang terlibatnya dosen wali ditakutkan mahasiswa tidak dapat menerima motivasi yang cukup untuk menyelesaikan skripsinya (Mulyadi, 2008).

2.5.3 Dosen Pembimbing Skripsi

Dalam proses penulisannya, skripsi melibatkan banyak pihak, mulai dari pihak pengelola program studi, dosen pembimbing, responden atau sumber data,

dan pemegang otoritas urusan administrasi. Pihak yang memegang peranan penting dalam penulisan skripsi adalah dosen pembimbing, di mana dosen pembimbing diharapkan dapat menjadi fasilitator, mediator, narasumber, dan peran-peran lain yang relevan, sehingga mahasiswa dapat terbantu dan menyelesaikan skripsi tepat waktu dan tepat hasil (Zulkifli, 2011).

Penulisan skripsi oleh mahasiswa dalam perjalanannya berlangsung secara beragam. Ada yang berjalan lancar, cepat, dan tepat waktu, namun tidak sedikit pula yang lamban, macet, dan telat jauh dari target waktu yang direncanakan. Bahkan ada juga mahasiswa yang habis masa studi (*drop out*) karena skripsi tidak kunjung selesai. Keluhan yang paling banyak muncul dikalangan mahasiswa berkaitan dengan sikap dosen pembimbing yang kurang simpati, dosen yang sibuk sehingga sulit ditemui untuk konsultasi, coretan dosen yang sulit dipahami, dosen yang hanya menyalahkan tanpa memberikan solusi yang jelas. Hal ini berkaitan dengan sikap mahasiswa terhadap dosen, dimana diperlukan sikap positif terhadap dosen sehingga antara mahasiswa dan dosen dapat terjadi komunikasi yang efektif. Komunikasi yang efektif ini akan membantu mahasiswa dalam menggali pengetahuan, keterampilan, dan sikap berkenaan dengan proses bimbingan skripsi (Ristianti, 2017).

Demi memperlancar penyusunan skripsi, saat bimbingan skripsi mahasiswa harus siap dengan materi yang akan dikonsultasikan, serta perkembangan dari hasil kerja mahasiswa. Hal ini bertujuan agar mahasiswa tidak membuat dosen pembimbing kecewa, karena akan berakibat dipersulitnya proses bimbingan dengan dosen tersebut yang kemudian akan berimbas pada lamanya waktu penyelesaian skripsi. Agar bimbingan bisa efektif, mahasiswa sebaiknya membuat janji dengan

dosen tersebut paling tidak tiga kali seminggu, hal ini akan menunjukkan kesungguhan mahasiswa dalam mengerjakan skripsinya. Dengan semakin seringnya melakukan bimbingan skripsi maka semakin cepat proses penyelesaian skripsinya (Ristianti, 2017).

2.6 Lingkungan Teman Sebaya

2.6.1 Pengertian Lingkungan Teman Sebaya

Menurut Slavin (2008:98) Lingkungan Teman Sebaya merupakan suatu interaksi dengan orang-orang yang mempunyai kesamaan dalam usia dan status. Dari penjelasan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Lingkungan Teman Sebaya adalah lingkungan atau suatu kondisi dimana terjadinya suatu interaksi yang intensif dan cukup teratur dengan orang-orang yang mempunyai kesamaan dalam usia dan status, yang memberikan dampak atau pengaruh positif maupun negatif yang ada karena interaksi di dalamnya.

2.6.2 Fungsi Lingkungan Teman Sebaya

Menurut Santrock (2012: 109) salah satu fungsi yang paling penting dari kelompok teman sebaya adalah untuk memberikan sumber informasi dan perbandingan tentang dunia di luar keluarga. Teman merupakan salah satu sumber informasi dimana pengetahuan tentang dunia luar kita dapati dalam interaksinya. Menurut Parker dan Asher (Melalui Santrock, 2012: 13) manfaat yang diberikan dari sebuah persahabatan adalah sebagai berikut :

1) Pertemanan.

Persahabatan memberikan anak seorang teman akrab, seseorang yang bersedia untuk menghabiskan waktu dengan mereka dan bergabung dalam aktivitas kolaboratif.

2) Dukungan fisik.

Persahabatan memberikan sumber dan bantuan kapanpun dibutuhkan.

3) Dukungan ego.

Persahabatan membantu anak merasa bahwa mereka adalah individu-individu yang berkompeten dan berharga. Selain itu, hal yang terpenting adalah dukungan sosial dari teman-temannya.

4) Keintiman/Kasih sayang

Persahabatan memberi anak-anak suatu hubungan yang hangat, penuh kepercayaan, dan dekat dengan orang lain. Dalam hubungan ini, anak-anak merasa nyaman dan terbuka untuk berbagi informasi pribadi.

Teman sebaya mempunyai peran dan fungsi dalam proses belajar. Peran dan fungsi teman sebaya bergantung pada intensitas interaksi dan kedekatan yang ada. Menurut Vembriarto (2003:60) Lingkungan Teman Sebaya itu mempunyai fungsi sebagai berikut:

- 1) Di dalam kelompok teman sebaya anak belajar bergaul dengan sesamanya, yakni belajar memberi dan menerima dalam pergaulannya dengan sesama temannya. Bergaul dengan teman sebaya merupakan persiapan penting bagi kehidupan seseorang setelah dewasa.
- 2) Di dalam kelompok teman sebaya anak mempelajari kebudayaan masyarakatnya. Melalui kelompok sebaya anak belajar bagaimana

menjadi manusia yang baik sesuai dengan gambaran dan cita-cita masyarakatnya; tentang kejujuran, keadilan, kerjasama, tanggungjawab; tentang peranan sosialnya sebagai pria atau wanita; memperoleh berbagai macam informasi, meskipun terkadang informasi yang menyesatkan, serta mempelajari kebudayaan khusus masyarakatnya yang bersifat etnik, keagamaan, kelas sosial dan kedaerahan.

- 3) Kelompok sosial teman sebaya mengajarkan mobilitas sosial. Anak-anak dari kelas sosial bawah bergaul akrab dengan anak-anak dari kelas sosial menengah dan kelas sosial atas. Melalui pergaulan di dalam lingkungan kelompok sebaya itu anak-anak dari kelas sosial bawah menangkap nilai-nilai, cita-cita, dan pola-pola tingkah laku anak-anak dari golongan kelas menengah dan atas sehingga anak-anak dari kelompok kelas sosial bawah memiliki motivasi untuk mobilitas sosial.
- 4) Di dalam kelompok teman sebaya, anak mempelajari peranan sosial yang baru. Anak yang berasal dari keluarga yang bersifat otoriter mengenal suasana kehidupan yang bersifat demokratik dalam kelompok sebaya, begitu juga sebaliknya anak yang berasal dari keluarga yang bersifat demokratik dapat mengenal suasana kehidupan yang bersifat otoriter.
- 5) Di dalam kelompok teman sebaya anak belajar patuh kepada aturan sosial yang impersonal dan kewibawaan yang impersonal pula.

2.7 Stres

2.7.1 Definisi Stres

Stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang.

Folkman dan Lazarus (1986) mengatakan bahwa stres merupakan suatu akibat dari interaksi seseorang dengan lingkungannya yang dinilai membahayakan dirinya. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak fisik, sosial, intelektual, psikologis dan spiritual (Rasmun, 2004). Stres dapat didefinisikan sebagai sebuah keadaan yang kita alami ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya (Looker, 2005).

Stres merupakan suatu ketidakseimbangan yang besar antara permintaan yang berupa fisik ataupun psikologis dengan kemampuan respon dimana terjadinya kegagalan untuk memenuhi permintaan yang memberi konsekuensi yang esensial (Krohne, 2010). Rayburn (2001), menyebutkan bahwa stres merupakan respon fisiologis dan psikologis terhadap persepsi mengenai bahaya atau ancaman.

2.7.1 Etiologi Stres

Menurut Gunarsa (2000), memasuki dunia kuliah merupakan suatu perubahan besar pada hidup seseorang karena mahasiswa yang berada di masa transisi dari remaja ke dewasa menghadapi berbagai kesulitan penyesuaian dan tidak semua mampu mengatasinya sendiri sehingga cenderung untuk mengalami stres. Stres disebabkan oleh banyak faktor yang disebut dengan stressor. Faktor-faktor penyebab stres dibagi menjadi :

1. Motivasi

Dorongan dari dalam diri setiap mahasiswa untuk melakukan sesuatu (kegiatan belajar) untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (prestasi yang maksimal) dan apabila tujuan yang telah ditetapkan tidak tercapai dapat

menjadi pencetus terjadinya stres. Agoes (2003) mengatakan bahwa setiap orang pasti mempunyai harapan dan keinginan akan tetapi sekaligus juga mempunyai keterbatasan untuk memperoleh harapan dan keinginannya. Kesenjangan antara harapan dan keterbatasan kemampuan inilah yang seringkali menimbulkan tekanan kejiwaan yang dikenal dengan stres.

2. Tipe kepribadian dari mahasiswa itu sendiri

Menurut Friedman & Rosenman (1974) kepribadian yang terkenal ada dua, yaitu tipe kepribadian A dan tipe kepribadian B. Tipe kepribadian A berkaitan dengan tipe yang berisiko tinggi terkena stres. Berikut ciri-ciri dari kepribadian tipe A adalah berpikir atau mengerjakan dua hal sekaligus, mengharuskan dirinya untuk selalu aktif, merencanakan kegiatan yang banyak dalam waktu yang singkat, cenderung tidak sabar atau tergesa-gesa dalam mengerjakan sesuatu, berkeyakinan bahwa segala sesuatu dapat terselesaikan dengan baik bila dikerjakan sendirian, sangat memperhatikan disiplin waktu, mengukur kesuksesan dengan membandingkan kesuksesan dirinya dengan orang lain, mudah tersinggung, sangat ambisius, agresif dan meledak-ledak, berjiwa kompetitif dan tidak bisa diam (Rosenman, 1978 dalam Taylor, 2003). Kepribadian tipe B merupakan kebalikan dari tipe A. Ciri-cirinya adalah lebih rileks dan tahu cara yang tepat menghadapi banyak hal atau masalah, mampu memahami situasi yang ada, memiliki rasa humor yang tinggi, ramah dan bersahabat, selalu butuh teman dan bisa menerima kritik, lebih suka bekerja sama dan tidak memaksakan dirinya untuk dapat menghadapi tantangan, menyukai kegiatan sosial, tidak mudah stres karena mampu memandang segala sesuatu dengan bijaksana dan memikirkan cara

beradaptasi terhadap situasi yang dihadapi (Sarafino, 2006). Tipe kepribadian A lebih rentan terkena stres daripada kepribadian tipe B, meskipun demikian tidak berarti orang dengan kepribadian tipe A beresiko mengalami stres lebih besar daripada tipe kepribadian lain.

3. Keluarga

Faktor keluarga yang dimaksud disini adalah faktor stres yang dialami oleh seseorang yang disebabkan karena kondisi keluarga yang tidak baik yaitu sikap orang tua. Hal ini sesuai dengan pernyataan Yosep bahwa kondisi keluarga yang tidak baik dapat menyebabkan keadaan seseorang menjadi bertambah stres dengan beban yang ada. Pendapat diatas juga didukung oleh pendapat Gottlieb dalam Santrock (2003) yang menyatakan bahwa keterikatan yang dekat dan positif dengan orang lain terutama dengan keluarga dan teman secara konsisten ditemukan sebagai pertahanan yang baik terhadap stres.

4. Pekerjaan

Masalah pekerjaan merupakan sumber stres kedua setelah masalah perkawinan misalnya pekerjaan terlalu banyak, pekerjaan tidak cocok, mutasi jabatan, kenaikan pangkat, pensiun, kehilangan pekerjaan, dan lain sebagainya.

5. Fasilitas

Universitas dengan ketersediaan fasilitas yang terbatas bisa menjadi sumber yang menghambat kelancaran belajar mahasiswa (Gunarsa, 2000).

6. Lingkungan

Keadaan lingkungan perumahan yang tidak mendukung mahasiswa belajar dengan baik, misalnya penerangan, ventilasi, meja belajar, bising. Keadaan psikologis di rumah juga berpengaruh, baik dalam hubungan dengan orang tua maupun dengan saudara-saudara, bahkan lingkungan sosial dengan tuntutan yang memaksa untuk menyesuaikan diri. Simbolon (1998) mengatakan bahwa dalam diri setiap individu terdapat suatu keseimbangan (*homeostatis*) dan bila terganggu diperlukan usaha untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dan apabila individu mampu menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut maka individu akan kembali pada keadaan seimbang. Individu yang tidak mampu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan akan mengalami stres.

7. Dosen

Menurut Gunarsa (2000) mengatakan bahwa pola hubungan dosen dengan mahasiswa sangat berbeda dengan guru dengan siswa. Dialog langsung pada tingkat awal yang jumlah mahasiswanya besar cenderung jarang dilakukan di ruangan, oleh karena itu mahasiswa harus menyesuaikan cara dosen memberi kuliah yang masih banyak mempergunakan cara tradisional yakni dosen menerangkan tanpa memperdulikan apakah mahasiswa mengerti atau tidak.

8. Hubungan Interpersonal

Hubungan dengan orang lain baik dengan teman kuliah atau bukan memiliki pengaruh yang besar bagi mahasiswa. Gangguan pada aspek tersebut dapat menjadi stressor yang sering kali berkaitan dengan perasaan

sendiri atau kesepian, apalagi ketika sedang mengalami masalah atau kesulitan yang membutuhkan teman untuk bercerita dan bertanya. Fortuna dalam Yosep 2007 mengatakan bahwa stres menyebabkan seseorang menjadi lebih sensitif dan cepat marah, ketidakmampuan menjalin hubungan baik dengan orang lain dengan cenderung mengekspresikan pandangan sinis terhadap orang lain, sulit untuk rileks dan merasa tidak berdaya.

9. Stresor Akademik

Tuntutan akademis yang ada membuat mahasiswa merasa dituntut untuk meraih pencapaian yang telah ditentukan baik oleh pihak fakultas atau universitas maupun dari mahasiswa itu sendiri. Tuntutan tersebut dapat memberikan tekanan yang melampaui batas kemampuan mahasiswa itu sendiri. Ketika hal ini terjadi, maka beban yang berlebihan tersebut akan mengundang stres pada mahasiswa. Garbee (1980) mengatakan bahwa jam kerja yang panjang dan beban tugas yang berat memberikan kontribusi terhadap stres dalam lingkungan pembelajaran. Shah (2010) juga mengatakan bahwa dari stresor akademis, ujian dan tes adalah faktor yang paling menyebabkan stres.

10. Masalah Keuangan

Kuliah tidak hanya sekedar belajar di kampus. Menjalani aktivitas kuliah berarti terlibat dengan lingkungan sosial ditempat tersebut, sehingga keuangan tidak hanya diperlukan untuk biaya akademis saja, namun untuk kebutuhan hidup dan kebutuhan lainnya yang diperlukan. Hal ini dapat menjadi salah satu sumber stressor bila segi finansial kurang mencukupi. Murphy (2008) mengatakan bahwa kenaikan biaya edukasi profesi telah

menjadi sebuah stresor yang baru dan besar bagi mahasiswa kedokteran dan kedokteran gigi.

Penelitian Abdulghani (2008) menunjukkan dampak stres terutama dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama, kedua dan ketiga. Stres pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar dan penurunan daya ingat. Stressor yang mempunyai peran besar terhadap stres pada mahasiswa kedokteran adalah stresor akademik. Stresor akademik pada mahasiswa dapat berasal dari berbagai macam hal, yaitu dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, tanggung jawab baru dan perubahan kebiasaan belajar. Faktor eksternal yaitu bertambahnya beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih kecil dari yang diharapkan (Bulo & Sanchez, 2014). Tidak hanya stresor negatif yang dapat menyebabkan stres, tetapi stresor positif seperti kenaikan pangkat, promosi jabatan, tumbuh kembang, menikah, dan mempunyai anak juga dapat menyebabkan stres (Looker, 2005).

Menurut Selye (1976), berdasarkan persepsi individu terhadap stres yang dialaminya, stres dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

a. *Distress* (Stres Negatif)

Distress merupakan stres yang merusak atau bersifat tidak menyenangkan. Stres dirasakan sebagai suatu keadaan dimana individu mengalami rasa cemas, ketakutan, khawatir, atau gelisah sehingga individu mengalami keadaan psikologis yang negatif, menyakitkan, dan timbul keinginan untuk menghindarinya.

b. *Eustress* (Stres Positif)

Eustress merupakan stres yang bersifat menyenangkan dan merupakan pengalaman yang memuaskan. *Eustress* dapat meningkatkan kesiagaan mental, kewaspadaan, kognisi, dan performansi individu. *Eustress* juga dapat meningkatkan motivasi individu untuk menciptakan sesuatu.

2.7.3 Tingkat Stres

Menurut Rasmun (2004), stres dibagi menjadi tiga tingkatan :

- a. Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran, dikritik, dan kemacetan. Stres ringan biasanya hanya terjadi dalam beberapa menit atau beberapa jam. Situasi ini tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.
- b. Stres sedang dapat memicu terjadinya penyakit. Stres sedang terjadi lebih lama, dari beberapa jam hingga beberapa hari. Contoh dari stresor yang dapat menimbulkan stres sedang adalah kesepakatan yang belum selesai, beban kerja yang berlebihan, mengharapkan pekerjaan baru, dan anggota keluarga yang pergi dalam waktu yang lama.
- c. Stres berat adalah stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun. Contoh dari stresor yang dapat menimbulkan stres berat adalah hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial, dan penyakit fisik yang lama.

2.7.4 Skala Pengukuran Stres

Metode pengukuran stres yang digunakan yaitu *Perceived Stress Scale* (PSS). *Perceived Stress Scale* (PSS) merupakan *self report questionnaire* yang terdiri dari 10 pertanyaan dan dapat mengevaluasi tingkat stres beberapa bulan

yang lalu dalam kehidupan subjek penelitian. Skor PSS diperoleh dengan *reversing responses* (sebagai contoh, 0=4, 1=3, 2=2, 3=1, 4=0) terhadap empat soal yang bersifat positif (pertanyaan 4, 5, 7 & 8) dan menjumlahkan skor jawaban masing-masing (Olpin & Hesson, 2009). Soal dalam *Perceived Stress Scale* ini akan menanyakan tentang perasaan dan pikiran responden dalam satu bulan terakhir ini. Anda akan diminta untuk mengindikasikan seberapa sering perasaan ataupun pikiran dengan membulatkan jawaban atas pertanyaan.

- 1) Tidak pernah diberi skor 0
- 2) Hampir tidak pernah diberi skor 1
- 3) Kadang-kadang diberi skor 2
- 4) Cukup sering skor 3
- 5) Sangat sering diberi skor 4

Untuk PSS-10 dalam bahasa Indonesia, telah diuji dan memiliki nilai koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,708. Semua penilaian diakumulasikan, kemudian disesuaikan dengan tingkatan stres sebagai berikut:

- Stres ringan (total skor 1-14)
- Stres sedang (total skor 15-26)
- Stres berat (total skor >26)

2.7.5 Patofisiologi Stres

Menurut Hans Selye (1950), stress adalah respon tubuh yang bersifat non-spesifik terhadap setiap tuntutan beban di atasnya. Selye, H (1976) menciptakan istilah Sindro Adaptasi Menyeluruh (*General Adaptation Syndrome/GAS*) untuk menjelaskan pola respons biologis umum terhadap stres yang berlebihan dan

berkepanjangan. Selye mengemukakan bahwa tubuh kita bereaksi sama terhadap berbagai stressor yang tidak menyenangkan, baik sumber stress berupa serangan bakteri mikroskopi, penyakit karena organisme, perceraian ataupun kebanjiran. Model GAS menyatakan bahwa dalam keadaan stress, tubuh kita seperti jam dengan system alarm yang tidak berhenti sampai tenaganya habis.

General adaptation syndrome (GAS) melibatkan sistem tubuh seperti sistem saraf otonom dan sistem endokrin. GAS dikenal sebagai respon neuroendokrin. Gas terdiri dari tiga tahap yaitu:

(Nevid J.S et al, 2005)

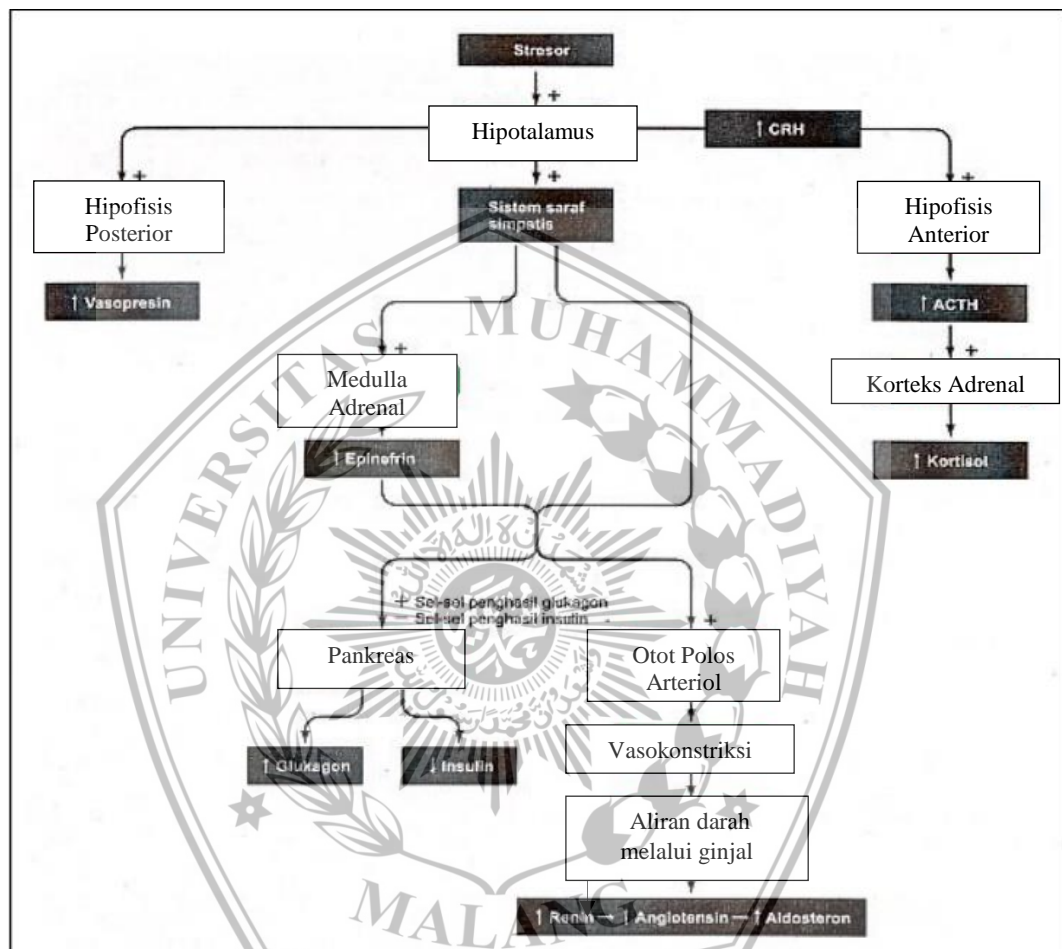
a. Reaksi Waspada (*Alarm Reaction Stage*)

Reaksi alarm melibatkan pengeralahan mekanisme pertahanan dari tubuh dan pikiran untuk menghadapi stresor. Secara fisiologi, respons stres adalah pola reaksi saraf dan hormon yang bersifat menyeluruh dan tidak spesifik terhadap setiap situasi apapun yang mengancam homeostasis. Diawali oleh otak dan diatur oleh sistem endokrin dan cabang simpatis dari sistem saraf autonom. Reaksi ini disebut juga reaksi berjuang atau melarikan diri (*fight-or-flight reaction*).

Tabel 2.1 Perubahan Hormon Utama selama Respon Stres (Sherwood, 2014)

HORMON	PERUBAHAN	TUJUAN
CRH-ACTH-Kortisol	Naik	<ul style="list-style-type: none"> • Membantu perkembangan otot dan menyebabkan hati melepaskan gula, yang merupakan sumber tenaga dalam menghadapi stresor • Mempertahankan diri dari reaksi alergi dan peradangan (<i>inflammation</i>)
Epinefrin	Naik	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan kerja jantung • Memobilisasi simpanan karbohidrat dan lemak; meningkatkan kadar glukosa dan asam lemak darah
Glukagon	Naik	<ul style="list-style-type: none"> • Bekerja bersama untuk meningkatkan glukosa darah dan asam lemak darah
Insulin	Turun	
Renin, Angiotensin, Aldosteron	Naik	<ul style="list-style-type: none"> • Menahan garam dan H₂O untuk meningkatkan volume plasma • Membantu mempertahankan tekanan darah jika terjadi pengeluaran akut plasma

Vasopresin	Naik	<ul style="list-style-type: none"> Vasopresin menyebabkan vasokonstriksi arteriol untuk meningkatkan tekanan darah
------------	------	---



(Sherwood, 2014)

Gambar 2.1

Integrasi Respon Stres oleh Hipotalamus

b. Reaksi Resistensi (*Resistance Stage*)

Adalah tahap di mana tubuh berusaha untuk bertahan menghadapi stres yang berkepanjangan dan menjaga sumber-sumber kekuatan (membentuk tenaga

baru dan memperbaiki kerusakan). Merupakan tahap adaptasi di mana sistem endokrin dan sistem simpatis tetap mengeluarkan hormon-hormon stres tetapi tidak setinggi pada saat reaksi waspada. Akan tetapi jika stresor terus menetap seperti pada kehilangan darah terus menerus, penyakit melumpuhkan, penyakit mental parah jangka panjang, dan ketidakberhasilan mengadaptasi maka individu masuk ke tahap kelelahan.

c. Reaksi Kelelahan (*Exhaustion Stage*)

Adalah fase penurunan resistensi, meningkatnya aktivitas para simpatis dan kemungkinan deteriorasi fisik. Yaitu apabila stresor tetap berlanjut atau terjadi stresor baru yang dapat memperburuk keadaan. Tahap kelelahan ditandai dengan dominasi cabang parasimpatis dari ANS. Sebagai akibatnya, detak jantung dan kecepatan nafas menurun. Apabila sumber stres menetap, kita dapat mengalami "penyakit adaptasi" (*disease of adaptation*), penyakit yang rentangnya panjang, mulai dari reaksi alergi sampai penyakit jantung, bahkan sampai kematian.

2.7.6 Manifestasi Klinis Stres

Manusia merupakan kesatuan antara jiwa dan badan, roh dan tubuh, spiritual dan material. Jika manusia mengalami stres, segala aspek dari dirinya akan terpengaruh, oleh karena itu, tidak mengherankan apabila gejala (*symptom*) stres ditemukan dalam segala aspek dari manusia yang penting seperti fisik, pikiran, mental, emosional, sikap. Gejala-gejala yang dialami tentu saja berbeda pada setiap orang karena pengalaman stres bersifat sangat pribadi (Hardjana, 1994).

Kelelahan akibat stres sering menyebabkan gejala yang disebut sebagai “*burnout*” (kelelahan secara fisik, mental, dan emosional) (Manktelow, 2009).

Menurut Robert S. Fieldman (1987) stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Taylor (1991) menyatakan, stress dapat menghasilkan berbagai respon. Berbagai peneliti telah membuktikan bahwa respon-respon tersebut dapat berguna sebagai indikator terjadinya stres pada individu, dan mengukur tingkat stres yang dialami individu. Respon stres dapat terlihat dalam berbagai aspek, yaitu:

- a. Respon fisiologis, dapat ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, detak jantung, detak nadi, dan sistem pernapasan.
- b. Respon kognitif, dapat terlihat lewat terganggunya proses kognitif individu, seperti pikiran menjadi kacau, menurunnya daya konsentrasi, pikiran berulang, dan pikiran tidak wajar.
- c. Respon emosi, dapat muncul sangat luas, menyangkut emosi yang mungkin dialami individu, seperti takut, cemas, malu, marah, dan sebagainya.
- d. Respon tingkah laku, dapat dibedakan menjadi *fight*, yaitu melawan situasi yang menekan, dan *flight*, yaitu menghindari situasi yang menekan.